

Opbouw voeding na een subtotale maagresectie

Na een maagoperatie wordt de voeding rustig en geleidelijk opgebouwd. Dit om overbelasting van de operatienaden te voorkomen. Dit vermindert de kans op complicaties.

In deze folder vindt u informatie over hoe u de voeding na een operatie kan opbouwen.

Vanaf dag 1 na de operatie mag u starten met drinken, vloeibare en gepureerde voeding.

Per dag wordt er rustig opgebouwd in volume. Belangrijk is dat u eet en drinkt met kleine slokjes of hapjes en dit goed verspreid over de dag middels 6-9 eet –en drinkmomenten.

Aantal dagen na de operatie	Drinken
Dag 0 (dag van operatie)	250 ml helder vloeibaar
Dag 1 na de operatie	500 ml dik vloeibaar + 500 ml dun vloeibaar. Per eetmoment max 150 ml
Dag 2 na de operatie	750 ml dik vloeibaar + 750 ml dun vloeibaar. Per eetmoment max 150 ml
Dag 3 na de operatie	Onbeperkt dik en dun vloeibaar. Per eetmoment max 150 ml dik vloeibaar en 75 ml dun vloeibaar
Vanaf dag 4 na de operatie	Normaal dieet met porties van max 250 – 300 ml

De dag van de operatie mag u 250ml helder vloeibare dranken. Dit houdt in: water, thee, gezeefde bouillon, appelsap en ranja.

Vanaf dag 1 na de operatie mag u dun en dik vloeibaar.

Dun vloeibaar houdt in: alle helder vloeibare dranken, gladde soep, zuivelproducten, zoals melk, karnemelk en chocolademelk, vruchtensap, ranja, milkshake, smoothie en alle soorten drinkvoeding.

Dik vloeibaar houdt in: alle bovenstaande dranken, maar ook kwark, vla, yoghurt, pap en een glad gepureerde warme maaltijd.

Normale voeding: In principe mag u 4 dagen na een subtotale maagresectie weer alles eten en drinken. Begin eerst met zachte voeding. Na de rustige opbouwperiode kan worden opgebouwd naar maximaal 250-300 ml per eetmoment.

In het onderstaande voorbeeld van een dagmenu ziet u waar u de voeding na de operatie naar toe op kunt bouwen. Het is belangrijk dat u rustig eet. Het kan zijn dat u in het begin na een paar happen al een vol gevoel heeft. Bij een vol gevoel is het belangrijk dat u even stopt met eten.

Dag 1 na de operatie

Ontbijt

- 1 schaaltje zuivel product. Bijv. verrijkte pap, vla of kwark (150 ml)
- Drinken naar wens (50 ml)

In de loop van de ochtend

- 1 flesje Nutridrink compact protein (125 ml)

Lunch

- 1 schaaltje zuivel product. Bijv. verrijkte pap, vla of kwark (150 ml)

In de loop van de middag

- 1 flesje Nutridrink Compact Proteïen (125 ml)
- Drinken naar wens (100 ml)

Gepureerde warme maaltijd

- Chef martin gerecht (120 g)

Uur later

- ½ schaaltje nagerecht 70 ml

In de loop van de avond

- Drinken naar wens (100ml)

Dag 2 na de operatie

Ontbijt

- 1 schaaltje zuivel product. Bijv. verrijkte pap, vla of kwark (150 ml)
- Drinken naar wens (150 ml)

In de loop van de ochtend

- 1 flesje Nutridrink compact protein (125 ml)

Lunch

- 1 schaaltje zuivel product. Bijv. verrijkte pap, vla of kwark (150 ml)

In de loop van de middag

- 1 flesje Nutridrink Compact Proteïne (125 ml)
- Drinken naar wens (150 ml)

Gepureerde warme maaltijd

- Chef martin gerecht (120 g)

Uur later

- 150 schaalte nagerecht 150 ml

In de loop van de avond

- Drinken naar wens (150ml)

Drinkvoeding

Drinkvoeding is vloeibare voeding in flesjes. Het bestaat op basis van melk, yoghurt en sap en het is er in veel verschillende smaken en volumes. Het bestaat ook in vla- en soepvarianten.

Drinkvoeding kan goed worden ingezet ter ondersteuning om voldoende voedingsstoffen binnen te kunnen krijgen.

Vragen

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen? Neem dan gerust contact op met de diëtist. Zij wil uw vragen graag beantwoorden.

Afdeling diëtetiek ZGT

- Telefoonnummer 088 708 32 20
Bereikbaar op werkdagen van 8.30 – 12.30 uur.
- E-mail: dietisten@zgt.nl

Check uw dossier op MijnZGT

MijnZGT is het patiëntenportaal van ZGT. U kunt op MijnZGT via uw computer, tablet of mobiel delen van uw medisch dossier inzien, persoonlijke gegevens checken, of bijvoorbeeld vragenlijsten invullen die wij voor u hebben klaargezet. Kijk voor meer informatie op: zgt.nl/mijnzgt.